# Warum Perfektion sinnlos und an jedem Gerücht was dran ist von Daniel

VISIT…

LANZAROTE

Caliente.com

# Warum Perfektion sinnlos und an jedem Gerücht was dran ist

77 schonungslose Jobwahrheiten
*Von Daniel Rettig*




**Buch (Komplettfassung)**

### Worum geht's

Leidenschaft und Durchhaltevermögen sind der Schlüssel zum Erfolg. Zumindest wird das in der einschlägigen Ratgeberliteratur immer wieder behauptet. Erfolgsmensch XY hat schließlich auch nie aufgegeben und der hat es bis ganz nach oben geschafft. Aber was ist mit den übrigen 90 Prozent der Menschen, die ebenfalls nicht klein beigeben wollten? Über deren Niederlage schreibt niemand. Der Autor Daniel Rettig ist daher der Meinung: Manchmal ist es besser, den Kopf in den Sand zu stecken, als damit durch die Wand zu rennen. In seinem Buch Warum Perfektion sinnlos und an jedem Gerücht was dran ist (2019) hat er insgesamt 77 solcher unbequemen Wahrheiten aus der Berufswelt gesammelt und mit zahlreichen Studien belegt. Für unsere Blinks haben wir die interessantesten Erkenntnisse zusammengestellt.

### Wer diese Blinks lesen sollte

Erfolgsorientierte Berufseinsteigerinnen und Angestellte
Gründer und Unternehmerinnen, die einen ungetrübten Blick auf ihre Firma werfen möchten
Alle, die sich von Coaches, Speakern und Beratern keinen Bären aufbinden lassen wollen

### Wer das Buch geschrieben hat

Daniel Rettig ist Journalist und Redaktionsleiter der digitalen Bildungsplattform ada. Parallel zu seiner Ausbildung an der Journalistenschule studierte er Volkswirtschaftslehre und Politik in Köln. Später war er bei der Wirtschaftswoche als Leiter des Ressorts Erfolg/Kultur & Stil tätig. In seinen Büchern und auf seinem Blog befasst er sich mit verschiedenen Themen aus dem Bereich Unternehmens- und Alltagspsychologie. Zu seinen bekanntesten Veröffentlichungen zählen Ich denke, also spinn ich und Die guten alten Zeiten. Warum Nostalgie uns glücklich macht.

Original: Warum Perfektion sinnlos und an jedem Gerücht was dran ist © 2019 Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main/New York

### Was drin ist für dich: Sechzehn unbequeme Wahrheiten über den beruflichen Erfolg

Sagen wir es lieber gleich: Diese Blinks sind keine Wohlfühl-Lektüre! Wenn du nur nach aufmunternden Berufstipps suchst, solltest du lieber einen anderen Ratgeber wählen. Denn hier bekommst du nichts als knallharte Fakten – und die sind manchmal ganz schön desillusionierend. Fangen wir gleich mal mit der ersten unbequemen Wahrheit an:

Die meisten Berufsratgeber wurden nicht geschrieben, um dir deinen Traum vom Erfolg zu erfüllen, sondern um das Konto der Autoren zu füllen. Deshalb wird darin gerne erzählt, wie einfach und entspannt eine tolle Karriere sein kann, denn genau das ist es, was ihre Leser hören wollen. Echten Erfolg hat damit am Ende oft nur einer: der Autor.

# Warum Perfektion sinnlos und an jedem Gerücht was dran ist

77 schonungslose Jobwahrheiten

*Von Daniel Rettig*




**Buch (Komplettfassung)**

## Worum geht's

Leidenschaft und Durchhaltevermögen sind der Schlüssel zum Erfolg. Zumindest wird das in der einschlägigen Ratgeberliteratur immer wieder behauptet. Erfolgsmensch XY hat schließlich auch nie aufgegeben und der hat es bis ganz nach oben geschafft. Aber was ist mit den übrigen 90 Prozent der Menschen, die ebenfalls nicht klein beigeben wollten? Über deren Niederlage schreibt niemand. Der Autor Daniel Rettig ist daher der Meinung: Manchmal ist es besser, den Kopf in den Sand zu stecken, als damit durch die Wand zu rennen. In seinem Buch Warum Perfektion sinnlos und an jedem Gerücht was dran ist (2019) hat er insgesamt 77 solcher unbequemen Wahrheiten aus der Berufswelt gesammelt und mit zahlreichen Studien belegt. Für

unsere Blinks haben wir die interessantesten Erkenntnisse zusammengestellt.

**Wer diese Blinks lesen sollte**

Erfolgsorientierte Berufseinsteigerinnen und Angestellte

Gründer und Unternehmerinnen, die einen ungetrübten Blick auf ihre Firma werfen möchten

Alle, die sich von Coaches, Speakern und Beratern keinen Bären aufbinden lassen wollen

**Wer das Buch geschrieben hat**

Daniel Rettig ist Journalist und Redaktionsleiter der digitalen Bildungsplattform ada. Parallel zu seiner Ausbildung an der Journalistenschule studierte er Volkswirtschaftslehre und Politik in Köln. Später war er bei der Wirtschaftswoche als Leiter des Ressorts Erfolg/Kultur & Stil tätig. In seinen Büchern und auf seinem Blog befasst er sich mit verschiedenen Themen aus dem Bereich Unternehmens- und Alltagspsychologie. Zu seinen bekanntesten Veröffentlichungen zählen Ich denke, also spinn ich und Die guten alten Zeiten. Warum Nostalgie uns glücklich macht.

Original: Warum Perfektion sinnlos und an jedem Gerücht was dran ist

© 2019 Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main/New York

**Was drin ist für dich: Sechzehn unbequeme Wahrheiten über den beruflichen Erfolg**

Sagen wir es lieber gleich: Diese Blinks sind keine Wohlfühl-Lektüre! Wenn du nur nach aufmunternden Berufstipps suchst, solltest du lieber einen anderen Ratgeber wählen. Denn hier bekommst du nichts als knallharte Fakten – und die sind manchmal ganz schön desillusionierend. Fangen wir gleich mal mit der ersten unbequemen Wahrheit an:

Die meisten Berufsratgeber wurden nicht geschrieben, um dir deinen Traum vom Erfolg zu erfüllen, sondern um das Konto der Autoren zu füllen. Deshalb wird darin gerne erzählt, wie einfach und entspannt eine tolle Karriere sein kann, denn genau das ist es, was ihre Leser hören wollen. Echten Erfolg hat damit am Ende oft nur einer: der Autor.

Wer wissen will, wie es wirklich in der Berufswelt läuft, kann sich an die Blinks zu Warum Perfektion sinnlos und an jedem Gerücht was dran ist halten. Darin sind die 16 spannendsten von Daniel Rettigs 77 schonungslosen Jobwahrheiten zusammengestellt. Du erfährst, weshalb ehrlich nicht immer am längsten währt, wieso Hierarchien notwendig sind und warum Leidenschaft überbewertet wird. Nach dieser Lektüre bist du vielleicht nicht zufriedener als vorher, aber du weißt immerhin, wie man wirklich erfolgreich wird.

Außerdem wirst du in diesen Blinks herausfinden,

warum man in einem Großraumbüro am effektivsten arbeitet,

wieso Schwindler sympathischere Mitarbeiter sind und
weshalb Meditation ein Motivationskiller ist.

**Gerüchten kann man meistens Glauben schenken, beliebten Mitarbeitern eher nicht.**

Die Gerüchteküche hat einen schlechten Ruf. Wer als Mitarbeiter ernst genommen werden will, sollte sich davon fernhalten und nichts auf fragwürdige Informationen geben – so die landläufige Meinung. In Wahrheit sind die Klatschtanten aus der Kaffeeküche jedoch häufig am besten informiert. Die meisten Gerüchte sind nämlich tatsächlich wahr. Nachgewiesen wurde das schon 1947. Damals untersuchte der amerikanische Soziologe Theodore Caplow zahlreiche Gerüchte, die sich unter den US-Soldaten im Zweiten Weltkrieg verbreitet hatten. Dabei stellte er fest, dass so gut wie jedes Ondit der Wahrheit entsprach. Ob es nun um Standortwechsel oder administrative Anpassungen ging – immer wussten die Soldaten schon Bescheid, bevor die Heeresleitung ihre Entscheidung offiziell bekannt gegeben hatte.

Und das ist gar nicht so erstaunlich. Denn es ist viel wahrscheinlicher, dass die Wahrheit durchsickert, als dass sich jemand eine irre Geschichte ausdenkt, nur um sich wichtig zu machen. Also: Ohren gespitzt, wenn du das nächste Mal an der Kaffeemaschine stehst. Der Flurfunk ist meist die direkteste Leitung.

Während man den meisten Gerüchten zwar Glauben schenken kann, ist bei Kollegen eher das Gegenteil der Fall. Jetzt mal ehrlich: Wir alle lassen uns doch ab und zu zum Flunkern verleiten. Und dafür gibt es gute Gründe. Denn Lügen sind ein soziales Schmiermittel, ohne das der Betriebsapparat ziemlich schnell ins Stocken geraten würde. Gerade die beliebtesten Mitarbeiter sind sich dessen bewusst. Eine Ausrede hier, ein falsches Lob da, und schon läuft alles wie geschmiert. Das macht die korrektesten Kollegen oftmals zu den schamlosesten Schwindlern.

Dass Lügner beliebter sind als Wahrheitsfanatiker, bewies ein Experiment der amerikanischen Psychologen Emma Levine und Maurice Schweitzer. Hier zeigte sich: Wer lügt, um andere zu schützen oder ihnen etwas Gutes zu tun, wird als wesentlich sympathischer wahrgenommen als jemand, der rücksichtslos die Wahrheit ausposaunt. Im Umkehrschluss bedeutet das: Je mehr du lügst, desto beliebter wirst du. Muss Herr Müller wirklich unbedingt wissen, dass ihm sein neuer Anzug nicht steht? Nein. Eine kleine Notlüge poliert nicht nur sein Selbstbewusstsein auf, sondern verschafft dir gleich ein paar Punkte mehr auf der Beliebtheitsskala.

Und falls du dir nun nicht mehr sicher bist, wem du überhaupt noch glauben kannst, lies einfach weiter. Die Aussagen in diesem und den folgenden Blinks sind alle wahr, Hand aufs Herz!

**Die meisten Erfolgsmenschen sind pessimistische Generalisten ohne Leidenschaft.**

„Denke positiv, folge deiner Leidenschaft und konzentriere dich auf das, was dich glücklich macht.“ So in etwa lautet die Essenz jener Feel-Good-Ratgeber, die die Bestsellerlisten füllen. Tatsache ist jedoch, dass dich keiner dieser Tipps der Chefetage näher bringt.

Die meisten Menschen umgeben sich lieber mit optimistischen Menschen als mit griesgrämigen Schwarzmalern. Trotzdem schreiben sie den Pessimisten unbewusst mehr Macht zu. So entsteht eine selbsterfüllende Prophezeiung: Indem du denkst, Pessimisten seien einflussreicher, ordnest du dich ihnen unter und verleihst ihnen jene Macht, die du ihnen zuschreibst.

Die Psychologin Eileen Shou glaubt, dass es evolutionäre Gründe dafür gibt, dass viele Erfolgsmenschen pessimistisch sind. Alphatiere und Führungspersönlichkeiten sind und waren nie darauf angewiesen, anderen Menschen zu gefallen, mussten sich also nie entsprechend verhalten. Der Vorteil des Stärkeren gab ihnen die Freiheit, andere mit tiefer Stimme einzuschüchtern oder ihre negative Weltsicht zu verbreiten, ohne dass ihr Status dadurch gefährdet wurde.

Erfolgreiche Menschen sind selten die sprühenden Persönlichkeiten, als die man sie sich vorstellt. Und besonders leidenschaftlich sind sie auch nicht. Dass man für seinen Job brennen muss, ist nämlich nur eine weitere Behauptung, die dich vom erfolgreichen Handeln abhält, und zwar gleich auf dreierlei Weise.

Erstens geben Menschen, die glauben, nur eine einzige große Leidenschaft zu haben, öfter vorzeitig auf. Es kann schließlich immer sein, dass man seine wahre Bestimmung nur noch nicht gefunden hat. Außerdem muss man noch lange nicht gut in etwas sein, weil man es gern tut. Schon ein Abend in der Karaokebar beweist, dass nicht alle Leute, die gern singen, Sänger werden sollten. Drittens lässt man sich bei Misserfolgen viel leichter aus der Bahn werfen, sobald Emotionen im Spiel sind. Deshalb sind nüchterne Menschen auf lange Sicht erfolgreicher.

Ein weiterer Trugschluss ist, dass Spezialisten im modernen Kapitalismus bessere Chancen haben. Je kleiner die Nische, desto größer sei angeblich der Erfolg. Mittlerweile gibt es jedoch diverse Studien, die belegen, dass eine allzu starke Spezialisierung der Karriere eher schadet. Die Innovationsforscherin Cláudia Custódio hat sogar bewiesen, dass Generalisten durchschnittlich besser verdienen als Spezialisten.

Ein Grund dafür ist, dass Generalisten häufig flexibler sind und sich nicht so schnell aus der Ruhe bringen lassen. Sie können auf einen größeren Erfahrungsschatz zurückgreifen und sind daher in vielen Situationen besser angepasst. Wer es ganz nach oben schaffen will,

sollte also ruhig verschiedene Stationen auf seinem Lebenslauf stehen haben.

**Perfektionismus ist sinnlos und Überstunden fördern die Karriere.**

Nach all den ernüchternden Tatsachen haben wir endlich auch mal eine gute Nachricht für dich – und eine schlechte. Fangen wir mit der schlechten an.

Ohne Überstunden kannst du den beruflichen Erfolg im Grunde vergessen. Zugegeben, das ganze Gerede über Work-Life-Balance, Teilzeit und Sabbaticals klingt verführerisch. Doch erfolgreich wird man nicht, indem man weniger arbeitet. Die bittere Wahrheit lautet nach wie vor: Je mehr Überstunden du machst, desto höher ist deine Chance auf eine Beförderung.

Du brauchst Beweise? Kriegst du! Bei der Auswertung repräsentativer Daten des dänischen Statistikamtes stellte der US-amerikanische Ökonomieprofessor Takao Kato fest: Dänische Arbeitnehmer, die befördert wurden, hatten in dem entsprechenden Jahr durchschnittlich 42,1 Stunden pro Woche geschuftet, wohingegen alle anderen nur 36,5 Stunden gearbeitet hatten.

Schwer zu sagen ist, ob es sich hierbei um eine Kausalkette oder eine Korrelation handelt. Wurden diese Menschen tatsächlich befördert, weil sie Überstunden machten? Oder machten sie Überstunden, weil sie befördert wurden? Oder gibt es einen ganz anderen Zusammenhang, den wir bisher noch nicht erkennen können? So oder so kann es deiner Karriere nur förderlich sein, wenn du öfter mal etwas länger im Büro bleibst.

Diese zusätzliche Zeit solltest du allerdings nicht für überflüssige Detailarbeit verschwenden. Perfektionismus bringt dich nicht weiter! Und das ist unsere gute Nachricht. Niemand erwartet, dass du ständig perfekte Ergebnisse ablieferst. Auch wenn Qualität, Exzellenz und Perfektion oft angepriesen werden, hat übermäßige Akribie bei der täglichen Arbeit mehr Nach- als Vorteile.

Das liegt zum Teil daran, dass Perfektionisten schnell verbissen und penibel wirken und außerdem dazu neigen, sich mit unwichtigen Kleinigkeiten aufzuhalten. Oftmals scheitern solche Leute an den eigenen Ansprüchen, bevor sie es zu etwas bringen konnten.

Laut Dana Harari vom Georgia Institute of Technology „besteht praktisch keinerlei Verbindung zwischen Leistungsfähigkeit und Perfektionismus“. Wenn du also das nächste Mal als Letzte im Büro sitzt, kannst du auch einfach deine Social-Media-Seiten checken, statt an den Grafiken für die anstehende Präsentation zu feilen. Den Unterschied zwischen sehr gut und perfekt wird wahrscheinlich sowieso niemand bemerken.

Nun nehmen wir einmal an, dass du all diese Tipps beherzigst und von nun an leidenschaftslos und ohne Liebe zum Detail fünfzig Stunden

die Woche meckernd im Büro herumhängst. Herzlichen Glückwunsch, du hast dir gerade einen Platz in der Chefetage gesichert! Nur leider ist die Gesellschaft hier oben nicht so angenehm, wie du es dir vielleicht erhofft hattest.

**Chefs sind häufig einsam, selbstbezogen und komplett überfordert.**

So ziemlich jeder schimpft gern über seinen Chef. Ja, wenn man den Arbeitnehmern dieser Welt glauben würde, so müsste der Chef von Natur aus ein narzisstisches und inkompetentes Wesen sein. Leider kommt das der Wahrheit ziemlich nahe.

Erfolg und Beliebtheit schließen sich gegenseitig aus. Das lernt man schon in der Schule. Während der Streber zu keiner einzigen Party eingeladen wurde, erfreuten sich die Schwänzer und Abschreiber stets größter Beliebtheit.

Auch später im Leben ist es quasi unmöglich, gleichzeitig ein respektierter Chef und ein beliebter Kollege zu sein. Schließlich müssen Führungspersönlichkeiten nicht selten unbeliebte Entscheidungen durchsetzen. Wer stutzt den Kollegen zurecht, der schon wieder zu spät kommt? Wer verdonnert seine Angestellten zu Überstunden? Und wer entlässt sie, wenn es nicht mehr genügend Arbeit gibt? Der Chef! Kein Wunder also, dass beruflicher Erfolg oft auch Einsamkeit mit sich bringt.

Zu ihrem Glück stören sich die meisten Erfolgsmenschen nicht besonders an ihrer Einsamkeit. Sie halten sich sowieso für den Nabel der Welt. Und das ist auch gut so. Ein ausgeprägter Narzissmus begünstigt nämlich den Aufstieg. Klar, eine selbstverliebte Rampensau wird von den Vorgesetzten eher wahrgenommen als das Mauerblümchen, das zwar gute Arbeit leistet, aber seine Leistungen nicht zur Schau stellt.

Diese Dynamik nimmt schon beim Vorstellungsgespräch ihren Anfang und zieht sich systematisch bis zur Rente durch. So fordern selbstüberzeugte Menschen häufiger nach Gehaltserhöhungen oder Beförderungen und sind bei ihren Vorgesetzten dadurch präsenter als ihre Kollegen. Aus diesem Grund sind Chefs überdurchschnittlich oft Narzissten.

Und nicht nur das, denn die meisten von ihnen sind völlig überfordert. In ihrem Buch Das Peter-Prinzip von 1969 beschrieben Laurence Peter und Raymond Hall ein Phänomen, das man auch heute noch in vielen Betrieben beobachten kann. Angestellte werden in der Regel so lange befördert, wie sie gute Arbeit leisten. Das bedeutet jedoch auch, dass jeder Angestellte früher oder später auf einem Posten landet, auf dem er keine gute Arbeit mehr leistet. Das ist dann die Endstation, auf der er für den Rest seines Lebens herumdilettieren kann.

Wissenschaftliche Studien scheinen diesem Prinzip recht zu geben.

So ergab eine Umfrage der Unternehmensberatung Rochus Mummert von 2016, dass nur jeder Dritte der befragten Arbeitnehmer in Deutschland seinen Vorgesetzten für fachlich geeignet hält.
Übrigens schreiben wir ganz bewusst Vorgesetzten, denn noch immer sind die meisten Chefs männlich. Daniel Rettigs Erklärung dafür findest du im nächsten Blink.

**Frauen sind zu nett für eine Karriere und Elternzeit verhindert Beförderungen.**

Klingt paradox, ist aber so: Frauen sind einfach zu nett für den Erfolg. Aber was genau heißt denn „zu nett"?
Die Ökonomie-Professorin Linda Babcock erklärt, dass Frauen zum einen nicht so oft und vehement verhandeln wie Männer. Sie sind weniger hartnäckig, wenn es darum geht, ihre Interessen durchzusetzen. Zum anderen verbringen Frauen mehr Zeit mit Aufgaben, die sie beruflich nicht voranbringen. Wenn beispielsweise die Weihnachtsfeier organisiert oder wieder einmal Milch für die Kaffeeküche geholt werden muss, so sind es meistens Frauen, die sich erbarmen und zum Supermarkt gehen.
Die Lösung für dieses Problem ist natürlich nicht, dass alle Frauen unfreundlich und eigennützig werden, sondern dass das Verhältnis zwischen Frauen und Männern ausgeglichen wird. Aufgaben wie Milchholen und Kaffeekochen sollten dazu nach einem Rotationsprinzip vergeben werden, sodass wirklich jede und jeder einmal an der Reihe ist. Solche Maßnahmen können dazu beitragen, Frauen den Weg in die Chefinnen-Etage zu ebnen. Und sind sie erst einmal oben angekommen, können sie von dort aus für ein allgemein netteres Betriebsklima sorgen.
Es gibt jedoch noch einen zweiten Grund dafür, dass Frauen seltener befördert werden: die Elternzeit. Immer noch nehmen Frauen häufiger und länger ihre Elternzeit in Anspruch als Männer. Für die berufliche Karriere ist das eher hinderlich. Und das, obwohl das aktuelle Elternzeit-Modell dazu gedacht ist, Müttern und Vätern mehr Zeit für die Familie einzuräumen, ohne dass sich daraus berufliche Nachteile ergeben.
Ivona Hideg, Professorin für Personalmanagement, hat in einer Studie bewiesen, dass das oft nicht funktioniert. Sie fand heraus, dass Personalmanager sowohl bei einer Neueinstellung als auch bei einer Beförderung Menschen bevorzugen, die in ihrer Vergangenheit nur eine kurze Elternzeit genommen haben. Die Verantwortlichen werten das als Zeichen für hohe Motivation und großes Arbeitsengagement.
Wenn du dennoch nicht auf deine volle Elternzeit verzichten willst, kannst folgenden Trick anwenden: Nutze die Pause auch, um beruflich voranzukommen, zum Beispiel, indem du dich fortbildest oder an einem sogenannten Stay-in-Touch-Programm teilnimmst. Selbst wenn

du nur wenige Stunden darauf verwendest, die Hauptsache ist, dass du dein Vorhaben im Gespräch erwähnst oder im Lebenslauf notierst. So kannst du den Eindruck des gemütlichen Familienmenschen ausradieren, den die Elternzeit immer noch allzu oft hinterlässt.
Du siehst: Die Welt der Chefs und Entscheider ist ziemlich stressig und ungerecht. Wie soll man da entspannt bleiben? Vielleicht hilft ja Meditation.

**Wer meditiert, ist weniger motiviert, und Work-Life-Balance wird überbewertet.**

Die Spatzen pfeifen es von den Dächern – Achtsamkeit und Meditation sind das neue Allheilmittel gegen Stress und Burn-out. Wer es schon einmal probiert hat, weiß, dass es stimmt. Meditation hilft tatsächlich, um in stressigen Situationen gelassener zu bleiben. Die Frage ist nur: Wie viel Gelassenheit willst du dir leisten?
Die Idee, für mehr Leistungsfähigkeit und Erfolg zu meditieren, ist völlig paradox, wenn man bedenkt, dass die Meditation aus dem Buddhismus stammt. Im Buddhismus geht es nämlich vor allem darum, gegenwärtige Umstände zu akzeptieren und dadurch Zufriedenheit und Ruhe zu erlangen. Auflehnung und Änderungswille sind keine Bestandteile dieses Lebensstils. Genau das ist es aber, was die Berufswelt ausmacht: Der Wunsch, etwas zu verändern, und zwar möglichst effektiv.
Dass sich Achtsamkeit und Meditation negativ auf das berufliche Engagement auswirken, bewies eine Studie an den Universitäten von Lissabon und Minnesota. Teilnehmende, die zuvor eine Achtsamkeitsübung gemacht hatten, waren danach weniger motiviert, sich anderen Aufgaben zu widmen. Innere Unruhe ist eben auch nur ein Wort für Antriebsenergie und die wird durch Meditation verringert.
Im Zusammenhang mit Meditation und Achtsamkeit wird gern das Schlagwort Work-Life-Balance angeführt. Doch was genau heißt das eigentlich? Im Grunde steckt dahinter nur der Wunsch, weniger zu arbeiten. Wie soll das der Karriere auf die Sprünge helfen? Eben. Gar nicht.
Abgesehen davon bedeutet weniger Arbeit nicht unbedingt mehr Zufriedenheit. Marissa Sharif von der University of Pennsylvania hat durch die Analyse zweier Langzeitstudien herausgefunden, dass Menschen in der Regel am glücklichsten sind, wenn sie ca. zwei Stunden täglich nichts zu tun haben. Und das gilt unabhängig von Alter, Geschlecht und Einkommen. Übersteigt die Zeit der Untätigkeit diese Spanne, werden die meisten Leute unzufrieden; sie beginnen, sich nutzlos, träge und unausgelastet zu fühlen.
Für viele zählt auch die Möglichkeit, im Homeoffice zu arbeiten, zu einer gesunden Work-Life-Balance. Doch so gesund, wie es scheint, ist das gar nicht. Mittlerweile gilt es dank einer Reihe von Studien als

erwiesen, dass Menschen, die von zu Hause aus arbeiten, gestresster und einsamer sind und außerdem seltener befördert werden.
Wenn du erfolgreich sein willst, solltest du dich also lieber in den Berufsverkehr stürzen, statt im Pyjama für mehr Gelassenheit zu meditieren. Das mag zwar stressig sein, aber ein bisschen Feuer unter dem Hintern ist eben notwendig, wenn man wirklich etwas erreichen will.

**Die besten Ergebnisse werden bei Lärm und unter ganz normalen Hierarchien erzielt.**

Yoga-Space, Kicker-Zimmer, Bällebad und Ruheraum – was moderne Start-ups nicht alles zu bieten haben! Für die meisten Arbeitnehmer ist ein eigenes Zimmer mit abschließbarer Tür allerdings immer noch das Nonplusultra, trotz flexibler Arbeitsplätze und toll ausgestatteter Großraumbüros. Dabei ist zu viel Ruhe gar nicht so gut bei der Arbeit. Stille ermöglicht zwar hohe Konzentration, sorgt aber auch dafür, dass man in eingefahrenen Gedankengängen hängenbleibt. Mit ein wenig Lärm hingegen kannst du deine grauen Zellen auf Trab halten und deine Kreativität steigern. Ideal sind etwa 70 Dezibel, das entspricht der Lautstärke eines laufenden Wasserkochers.
Abgesehen von einer angenehmen Arbeitsatmosphäre werben immer mehr Betriebe mit Mitspracherecht und flachen Hierarchien. Hier können Mitarbeiter angeblich wirklich etwas bewegen. Das mag stimmen, die Frage ist jedoch, wie sich diese flache Unternehmensstrukturierung auf die Arbeitsergebnisse auswirkt.
Experten wie der Psychologe Richard Ronay von der Columbia University sind der Meinung, dass jedes gute Team eine Führungskraft braucht. Belegt wird diese Annahme durch verschiedene Studien, die gezeigt haben, dass die Zusammenarbeit im Team am besten gelingt, wenn es eine klare Führungsstruktur gibt. Flache Hierarchien sind also doch nicht so toll, wie überall behauptet wird. Und das Gleiche gilt für Lohntransparenz.
„Bei uns wird Wert auf Transparenz gelegt. So gibt es keine Spekulationen und jeder weiß, woran er ist." Mit solchen Argumenten locken viele junge Firmen neue Mitarbeiter an. Doch leider geht diese gut gemeinte Absicht häufig nach hinten los. So wies der Ökonomieprofessor David Card bei einer Untersuchung von 2012 nach, dass eine transparente Gehaltsverteilung eher demotivierend wirkt.
Während die Besserverdiener ihr Gehalt für gerechtfertigt und selbstverständlich halten, fühlen sich andere, die weniger verdienen als der Durchschnitt, benachteiligt. Die Folge ist, dass bei transparenten Gehältern diejenigen Mitarbeiter öfter kündigen, die auf den unteren Gehaltsstufen stehen. Ein bisschen Intransparenz ist also gar nicht schlecht, zumindest in Bezug auf die Arbeitslöhne.

Lärm, Lügen und üble Laune, Stress, Überstunden und Einsamkeit. Wer wirklich erfolgreich sein will, muss eine ganze Menge in Kauf nehmen. Das ist eben der ungeschönte Preis für den beruflichen Erfolg. Ganz bestimmt gibt es auch Ausnahmen, aber die Wahrscheinlichkeit, dass du dazugehörst, ist ziemlich gering. Sorry, wir haben dir ja die Wahrheit versprochen.

**Zusammenfassung**

Die Kernaussage dieser Blinks ist:

Die moderne Berufswelt ist ein Haifischbecken. Wer darin überleben will, braucht eine dicke Haut und scharfe Zähne. Lügner, Pessimisten, Egoisten und Narzissten sind hier eindeutig im Vorteil, während Ehrlichkeit, Leidenschaft, Perfektionismus und Freundlichkeit jedem positiven Menschen zum Verhängnis werden können. Viele Unternehmen versuchen über diese unangenehme Wahrheit mit sonnigen Slogans und schöner Inneneinrichtung hinwegzutäuschen. Hier wird von flachen Hierarchien, Mitspracherecht und Work-Life-Balance geschwärmt, während im Hinterraum reihenweise Mitarbeiter kündigen, weil sie sich dank Lohntransparenz ungerecht behandelt fühlen. Das ist leider die traurige Wahrheit und wer dir etwas anderes erzählt, verdient wahrscheinlich daran.

Was du konkret umsetzen kannst:

Sei bloß nicht zu authentisch.

„Sei ganz du selbst“, empfehlen viele Berufsratgeber, „und versuche dich mit deiner ganzen Persönlichkeit einzubringen.“ In Wahrheit kann das allerdings ziemlich riskant sein. Angenommen du wirst zum Teamleiter befördert und erzählst in deiner Antrittsrede ganz offen, dass du großen Respekt vor den neuen Aufgaben hast und dir von allen Unterstützung wünschst. Das mag vielleicht die Wahrheit sein, aber du vermittelst deinem Publikum auch, dass du eigentlich keine Ahnung hast, und lädst Neider dazu ein, an deinem Stuhl zu sägen. Also lieber ein bisschen hochstapeln, statt allen deine tiefsten Gefühle zu verraten.

Schreibe weniger E-Mails.

Klar, E-Mails sind schnell und praktisch. Bei wichtigen oder emotionalen Themen solltest du jedoch lieber zum Telefon greifen oder besser noch das persönliche Gespräch suchen. Justin Kruger von der New York University hat nachgewiesen, dass die meisten Menschen zwar denken, sie könnten ihr Anliegen gut in einer E-Mail formulieren, bei den Empfängern das Gemeinte aber nur selten ankommt. Ohne Gestik, Mimik und Stimmlage entfällt ein wesentlicher Bestandteil der Kommunikation. Informationen werden verfälscht oder gehen verloren, sodass Missverständnisse vorprogrammiert sind.

Schlafe dann, wenn auch deine Chefin schläft.

Du bist ein Frühaufsteher, deine Chefin ist allerdings der Typ

Nachteule? Wenn du etwas für deine Karriere tun willst, dann solltest du dich ihrem Biorhythmus anpassen. Egal, ob du schon seit sieben Uhr morgens konzentriert an deinem Platz sitzt: Deine Vorgesetzte bekommt nur mit, dass du bereits um fünfzehn Uhr gehen willst, während sie bis abends im Büro bleibt. Unabhängig von deinen Leistungen kommt das meist nicht so gut an. Sei lieber dann im Büro, wenn sie auch da ist – im Idealfall ein bisschen früher oder ein wenig länger.

**Buch im Amazon Shop**